



<i>Kurskod</i>	<i>Kursnamn</i>	<i>Poäng</i>
SC1202	Specialidrott B	100

Mål

Efter genomgången kurs skall eleven

- ha utvecklade färdigheter i sin specialidrott
- ha fördjupade kunskaper i träningslära och i olika träningsmetoder och deras effekter för utveckling av kvaliteter som uthållighet, styrka, rörlighet, snabbhet och kondition
- ha fördjupade kunskaper i idrottspsykologi och kunna tillämpa dem på specialidrotten
- ha fördjupade kunskaper i funktionärs- och ledarskap samt organisation av tränings- och tävlingsverksamhet
- känna till idrottsrörelsens internationella omfattning
- kunna lägga etiska och kulturella perspektiv på såväl idrottsutövandet som idrotten
- kunna diskutera idrottens betydelse ur såväl individ- som samhällsperspektiv.

Betygskriterier

Godkänd

- Eleven genomför sin träning och ger exempel och prövar andra metoder som är av betydelse för att förbättra resultatet.
- Eleven exemplifierar idrottspsykologiska effekter som är av betydelse för idrottandet.
- Eleven genomför funktionärs- och ledarskap, organiserar tränings- och tävlingsverksamhet i sin specialidrott och bedömer resultatet av genomförandet.
- Eleven beskriver idrottsrörelsens ställning i dagens samhälle ur såväl ett manligt som ett kvinnligt perspektiv.

Väl godkänd

- Eleven bedömer träning och metoder utifrån ett kvinnligt- och manligt perspektiv.
- Eleven värderar idrottspsykologiska effekter utifrån ett individperspektiv.
- Eleven tillämpar teorier om organisation och ledarskap samt reflekterar över etik- och moralfrågor som är av betydelse i sammanhanget.

Mycket väl godkänd

- Eleven genomför på ett målinriktat sätt sina träningspass samt bedömer och analyserar såväl idrottsprestationen som idrottspsykologiska effekter vid utövandet av specialidrotten. (En ständigt pågående process)
- Eleven behärskar sin specialidrott med precision ifråga om teknik och taktik, samt utvecklar en handlingsberedskap inför mötet med nya miljöer i tävlingssituationer.
- Eleven lägger etiska och kulturella perspektiv på sitt idrottande och diskuterar detta utifrån idrottens roll i samhället.

Varje handledare skall ha en enskild pärm för varje elev där elevens kurser och arbeten förvaras. I samband med säsongsplaneringen skall lämpliga kurser läggas in. Säsongsplanering, kort och lång målsättning samt träningsdagboken en skall bevaras i pärmen samt e-postas till skolans representant. Eventuella ändringar skall rapporteras.

Betygsättningen sker i samråd med skolans representant
